

# ROLA ŠKOLSKÉHO PSYCHOLÓGA V KONTEXTE POZITÍVNEJ PSYCHOLÓGIE

Eva Gajdošová, Veronika Bisaki

Fakulta psychológie PEVŠ v Bratislave

**Anotácia:** Príspevok vyzýva na aplikáciu pozitívnej psychológie v školách a v práci školských psychológov a na modifikáciu koncepcie práce školského psychológa v intenciách pozitívnej psychológie. V kontexte koncepcie duševného zdravia upozorňuje tiež na novú rolu školského psychológa ako iniciátora, organizátora a podporovateľa mentálneho zdravia žiakov a učiteľov v školách.

**Kľúčové slová:** školský psychológ, aplikovaná pozitívna psychológia, mentálne zdravie, koncepcia duševného zdravia

Pozitívna psychológia, ktorá sa začala rozvíjať koncom 20. storočia a markantne práve v novom miléniu, vyzýva na polozenie dôrazu predovšetkým na pozitívne oblasti života človeka a na pozitívne stránky jeho osobnosti, a čo je pre školskú psychológiu veľmi významné, vyzýva, aby sa do popredia skúmania života v škole dostali také javy ako spokojnosť, šťastie, pohoda, nadšenie, sebaúčinnosť, reziliencia, láska, priateľstvo, radosť, spolupráca, optimizmus, humor, tvorivosť, odolnosť, altruizmus, empatia, tolerancia, odpúšťanie, spiritualita a zmysel života. Neznamená to však zároveň poprieť existenciu deficitov, ťažkostí, porúch a problémov v škole a pomoc žiakovi k návratu k normalite (chápanej ako absencia disturbances), ale všetko smerovať na optimálne fungovanie školy, žiakov, učiteľov a na hľadanie zdrojov pre ich rozvoj ako v rámci individua, tak aj v rámci spoločnosti, ktorá ho obklopuje, a následne tieto zdroje rozvíjať, a tým redukovať potrebu používania tradičných psychologických a sociálnych intervencií (Pluskota, 2014, s.2). Teda pozitívny model aplikovaný aj v školskom prostredí nesúťaž s tradičným klinickým modelom, ale ho vhodne dopĺňa.

Ako podčiarkuje Seligman a kol. (2005) pozitívna psychológia používa rovnaký súbor nástrojov ako tradičná psychológia, preto nie je potrebné vytvoriť a postaviť nový konštrukt pre pozitívnu psychológiu. Potrebné je iba „zmeniť objekt záujmu“ - teda, odísť od „opravy“ toho, čo je v živote zlé, negatívne, k tvoreniu, rozvíjaniu toho, čo je v živote to najlepšie. Ide o podporovanie optimálneho fungovania ľudskej bytosti, ako aj viery a nádeje, že to bude úspešné.

Vstup pozitívnej psychológie do školy a budovanie tzv. pozitívneho modelu školy podporujúcemu sily, prednosti, potenciality jedincov iniciuje aj výraznú zmenu v školskej psychológii a v práci školského psychológa, najmä reorientáciu od riešenia negatívnych javov v školách smerom k rozvíjaniu najlepších kvalít školy ako inštitúcie a ľudí v nej.

Pri aplikácii pozitívnej psychológie v škole ide o nový pohľad na výchovu, na vzdelávanie, na seba, na svet a seba v ňom. Ide tu vlastne o salutogenézu v škole, na štúdium a podporu individuálnych zdrojov zdravia, silných stránok žiakov a učiteľov, rozvíjaním ich nadania a talentu smerujúcich ku kvalite ich života v škole, a nielen tam.

Znamená to predovšetkým hľadanie, odhaľovanie, identifikovanie pozitívnych možností žiaka a učiteľa, a to nielen v rámci ich kognitivizácie, ale aj motivácie, emocionalizácie, socializácie, autoregulácie.

Nový pozitívny trend v školskej psychológii má pre rolu školského psychológa a jeho úlohy v škole nesmierny význam. Modifikuje totiž koncepciu jeho práce v škole.

Modifikácia koncepcie práce školského psychológa a jeho roly v škole v intenciách pozitívnej psychológie.

- Primárnou úlohou ŠP je v rámci novej koncepcie práce pracovať s celým systémom škola a s jeho podsystémami (v zahraničí ide o zmenu nazvanú „system school psychologist“). Znamená to venovať mimoriadnu pozornosť nielen práci s jedným problémovým žiakom, ale predovšetkým pracovať so skupinami žiakov v triedach, celými triedami, ročníkmi, s kolektívom učiteľov, s rodičmi žiakov, s ďalšími komunitami.

- Pri zmene školy na pozitívnu školu a pri zlepšovaní jej kvality sa predpokladá prejsť z kvantitatívnych kritérií kvality školy, ktoré sú neustále v popredí záujmu školských orgánov, inštitúcií aj managmentu väčšiny škôl, na kritériá kvalitatívne a oveľa výraznejšie a systematickejšie pracovať na sociálnej psychológii školy, teda na zlepšovaní sociálnej klímy a sociálnej atmosféry v škole, na medziľudských vzťahoch v škole, v rámci nich na vzťahoch managmentu školy s podriadenými, na vzťahoch v učiteľskom zbore, na vzájomných vzťahoch a kontaktoch pedagogických a odborných zamestnancov školy, vzťahoch učiteľov s rodičmi žiakov, a prirodzene na sociálnych vzťahoch v rámci tried, ročníkov a skupín, a aj tým prispievať k lepšej spokojnosti žiakov a pracovníkov školy, ich väčšej pohode v škole, školskému wellbeingu.

- Pozitívna škola výrazne posúva aktivity školského psychológa k podpore dobrého mentálneho zdravia žiakov a učiteľov, najmä humanizáciou výchovno-vzdelávacieho procesu a optimalizáciou výchovy a vzdelávania, napr. aj väčším dôrazom na psychohygienu v škole, prípravu rozvrhu hodín zo psychologického hľadiska, vstup do prípravy školských vzdelávacích programov a výberu obsahu vzdelávania, spolupodieľaním sa na výbere vyučovacích a výchovných metód učiteľov či rodičov, postupov a prístupov vzhľadom na potreby už novej generácie žiakov, ako aj špecifické potreby detí so špeciálnymi potrebami a diferenciáciu a individualizáciu edukácie a i.

- Pozitívna psychológia aplikovaná v škole kladie dôraz na identifikáciu pozitívnych schopností, vlastností, zručností, nadania a talentu, a následne na pozitívny osobnostný rozvoj nielen žiakov, ale aj učiteľov, napr. aj prostredníctvom krátkodobých tréningov sociálno-emocionálnych zručností, debát, workshopov na vybrané naliehavé témy súčasnosti, a i.

- Znamená tiež venovať pozornosť hľadaniu iných efektívnych stratégií cez pozitívnu psychológiu týkajúcich sa riešenia novodobých sociálno-patologických javov v škole, akými sú kyberšikana, nelátkové závislosti, intolerancia, rasizmus, šikanovanie učiteľov, apatia a strata zmyslu života žiakov, už len častejšou debatou s deťmi o týchto problémoch, priblížením autentických príbehov, filmami, divadelnými predstaveniami orientovaných na mladých.

- V práci školského psychológa tento nový trend vyžaduje uprednostniť primárnu prevenciu, a klásť dôraz na prípravu a realizáciu krátkodobých, stredne dlhých, ale aj dlhodobých preventívnych programov (zameraných napr. na komunikáciu s rodičmi, efektívne riešenie konfliktov v triedach, na rozvíjanie asertivity, empatie, zvládanie krízovej intervencie a krízového managmentu) ale aj na skupinové a hromadné poradenstvo a konzultačno-poradenskú prácu pre rodičov a učiteľov, a iných odborných pracovníkov školy.

- Pozitívna psychológia výrazne upriamuje pozornosť aj na kvalitu života jedincov v súčasnosti aj v budúcnosti, a tým sa do popredia dostáva kvalitné kariérové poradenstvo určené žiakom a študentom pri prvej a druhej smerovej voľbe povolania, na efektívnu diagnostiku a odhalenie ich pozitívnych osobnostných kvalít, profesijných záujmov, všeobecných aj špecifických intelektových schopností, osobnostných vlastností, výkonovej motivácie, dlhodobých aspirácií a i.

- S kvalitou života úzko súvisí aj intenzívnejšia psychologická príprava mladých ľudí pre dobré partnerstvo, manželstvo a rodičovstvo, ktorá v našich školách stagnuje, pre zvládanie prípadných problémov v pároch pozitívnymi prostriedkami.

- Aktívny vstup pozitívnej psychológie do škôl znamená tiež pozitívnu kooperáciu školského psychológa s mnohými ďalšími odborníkmi (poradenskými a klinickými psychológmi, školskými špeciálnymi pedagógmi, logopédmi, sociálnymi pedagógmi, koordinátormi prevencie, kariérovými poradcami, sociálnymi pracovníkmi, pedopsychiatriami, ale aj právnikmi, mediátormi, lekármi, sociológmi) v rámci multidisciplinárnych tímov, a to vo väčšej miere ako tomu bolo doteraz.

- Pozitívna tímová spolupráca však vyžaduje kvalitné sociálne kompetencie participantov. Preto aktivity školského psychológa smerujú aj k tréningu učiteľov a iných pedagogických a odborných pracovníkov v oblasti sociálno-emocionálnych zručností, porozumenia svojmu prežívaniu a správaniu, ale aj správaniu svojich kolegov, žiakov aj ich rodičov, najmä k empatii a kongruencii, k používaniu adekvátnych spôsobov správania a reagovania vyplývajúcich z pozitívnych trendov.

- Dôraz na silné stránky jedincov a skupín či komunít, v ktorých sa mladí ľudia pohybujú, predpokladá tiež oveľa intenzívnejšiu psychologickú prácu a zameranie psychologických služieb na ich rodiny, rodičov aj širšie rodinné prostredie, čo vyžaduje každodennú spoluprácu s rodičmi pri výchove detí, pri zmene ich správania, výsledkov učenia či voľbe profesie.

- Pozitívna psychológia a s ňou spätá pohoda, šťastie, wellbeing v škole a v triedach počítajú tiež s položením dôrazu na jav multikulturality a multikulturálneho spolužitia, tolerance k psychickým, fyzickým, kultúrnym, sociálnym, náboženským odlišnostiam, v školách, čo je aktuálnym novodobým javom v Českej aj Slovenskej republike a vhodnými formami pripraviť školu a pracovníkov školy, ale aj rodičov žiakov na príchod detí emigrantov, azylantov, utečencov do našich škôl, na ich kvalitnú adjustáciu, s tým spojené prekonávanie predsudkov, stereotypov u našich žiakov, rodičov a učiteľov,

- S toleranciou veľmi úzko súvisí zavádzanie inklúzie a inkluzívneho vzdelávania v školách, čo je požiadavkou oboch ministerstiev školstva, ktorá doteraz prinášala veľa problémov psychologickej povahy (napr. postoje učiteľov k handicapovaným deťom v bežných školách, postoje rodičov a detí, zmena tlaku na učebný výkon meraný známami, na diferenciaciu a individualizáciu výučby, na prítomnosť asistentov učiteľa v triedach).

- Trend pozitívnej psychológie treba postupne dostávať aj prostredníctvom služieb školského psychológa mimo tradičný školský systém, do detských domovov, liečebno-výchovných ústavov, diagnostických a reedukačných zariadení, materských škôl, materských centier, rodičovských centier, školských klubov a inde.

Z uvedených nových úloh v práci školského psychológa pri aplikácii pozitívnej psychológie v škole vyplýva, že koncepcia práce školského psychológa a jeho rola v škole sa viac orientuje na podporu mentálneho zdravia žiakov a učiteľov v školách a rozvíjania ich silných stránok, predností a potencialít. Tým sa v školách udomácňuje cez aktivity školského psychológa a ďalších odborníkov (školských špeciálnych pedagógov, sociálnych pedagógov,

metodikov prevencie a i.) nová koncepcia - koncepcia duševného, mentálneho zdravia. Koncepcia duševného zdravia na rozdiel od terapeutickkej a behaviorálnej koncepcie nevychádza z určitej psychologickej školy či teórie. Jej zástancovia a tiež tí, čo ju v školách aplikujú, sú školskí a poradenskí psychológovia, sociálni pracovníci, psychiatri. Koncepcia duševného zdravia je eklektickou orientáciou a využíva rôznorodý arzenál techník. Kľúčovým pojmom koncepcie duševného zdravia je *p r e v e n c i a*. Jej základnou intervenčnou stratégiou je *k o n z u l t á c i a* s učiteľmi, alebo s rodičmi žiakov. Konzultácia má ten cieľ, aby učitelia sa naučili lepšie chápať a porozumieť psychológii žiaka a upozorniť ich na to, ako a do akej miery sociálne prostredie ovplyvňuje psychický vývin žiaka, jeho rozvoj osobnosti a psychické zdravie. Aj v koncepcii duševného zdravia, tak ako aj v terapeutickkej koncepcii, sa zdôrazňujú emócie a intrapsychické mechanizmy. Tým, že koncepcia duševného zdravia kladie do popredia prevenciu a nie starostlivosť o problémových žiakov, nezdôrazňuje poruchu či chorobu, ale sa usiluje nájsť čo najlepšiu charakteristiku duševne zdravého jedinca.

Na rozdiel od behaviorálnej koncepcie koncepcia duševného zdravia a jej aplikácia v školách nemá presne stanovené štandardy a technológie na menenie prostredia. Je veľmi flexibilná a používa rôzne druhy metód a techník pre splnenie svojich cieľov. Aktívnym participantom aplikácie koncepcie duševného zdravia je predovšetkým školský psychológ, ktorý na škole pôsobí v roli konzultanta. Rola konzultanta pre učiteľov, ale aj rodičov žiakov sa stáva základným elementom v intervenčných postupoch tejto koncepcie. Rola konzultanta sa nechápe ako obdobná rola v terapeutickkej koncepcii, v ktorej psychológ poskytoval informácie zo psychologického vyšetrenia žiakov učiteľom, ale ako rola spolupracovníka, partnera pri riešení otázok okolo pozitívnej školy a pozitívnej edukácie. Postupy riešenia situácií sa hľadajú pri vzájomných stretnutiach a rozhodovaniach učiteľov spolu so školským psychológom a po vzájomnej dohode. Školský psychológ navrhuje predovšetkým také stratégie riešenia, ktoré by mohol učiteľ uskutočniť priamo v triede v skupine žiakov. Teda v úzadí tu zostala terapia a konzultácia s jednotlivými žiakmi zo strany školského psychológa. Rola konzultanta vyžaduje byť dobrým poslucháčom, poskytovať konzultujúcemu podporu a rady pri riešení vzniknutých problémov, a pracovať často v teréne v triedach a nie vo svojom izolovanom pracovisku.

Zdá sa nám, že postupné uplatnenie koncepcie duševného/mentálneho zdravia v školách je prvým rozhodujúcim krokom smerujúcim k permanentnému procesu pozitivizácie našich škôl, a to najmä svojim dôrazom na zdravú osobnosť, a nie na diagnózu choroby a na vytvorenie zdravej študijnej atmosféry na školách a pozitívnej sociálnej dynamiky, dobrých medziľudských vzťahov a priaznivej sociálnej klímy v triedach a v učiteľskom zbore. Základným cieľom je zmeniť individuálne postoje žiakov, ich prejavy správania, naučiť ich lepšie poznať seba samých, svoj vlastný obraz o sebe a zmeniť svoje správanie vo vzťahu k iným osobám okolo seba. Pôjde viac o poskytovanie si vzájomnej dôvery a podpory, a ocenenia postojov, schopností a názorov iných, o pomoc iným, po podporu a rozvíjanie solidarity, altruizmu, filantropie, a i.

## Literatúra

- Gajdošová, E. (2015). *Školská psychológia a školský psychológ v 21.storočí*. 1.vyd. Žilina: Eurokódex.
- Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
- Mareš, J. (2001). *Pozitivní psychologie: důvod k zamyšlení i výzva*. Československá psychologie, 45, 2, s.97-117.
- Pluskota, A. (2014). *The application of positive psychology in the practice of education*. From <http://www.springerplus.com/content/3/1/147>
- Slezáčková, A. (2010). *Pozitivní psychologie – věda nejen o štěstí*. E-Psychologie (online) (Elektronický časopis ČMPS). roč.4, č.3, s.55-70. from <http://e-psycholog.eu/pdf/slezackova.pdf>
- Seligman, M.E. P., Steen, T., Park, N., Peterson, C. (2005). *Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions*. Am Psychol, 60 (5), 420-421
- Seligman, M.E.P., Randal, M.E., Gillham, J., Reivich, K., Linkins, M. (2009). *Positive education: positive psychology and classroom interventions*. Oxford Review of Education, 35,3,293-311.
- Zelina, M. (2014). Pozitívna psychológia v škole. In: *Učiteľské noviny*, 57/2014 s.4,5.

## Kontakt

Eva Gajdošová  
Ústav školskej a pracovnej psychológie  
Fakulta psychológie  
Paneurópska vysoká škola v Bratislave  
Tomášiková 20  
82102 Bratislava  
[eva.gajdosova@paneurouni.com](mailto:eva.gajdosova@paneurouni.com)

## THE ROLE OF SCHOOL PSYCHOLOGIST IN THE CONTEXT OF POSITIVE PSYCHOLOGY

**Abstract:** The report calls for the positive psychology application at schools and in the work of school psychologists and it invites for the modification of the school psychologist concept in context of positive psychology. The report emphasizes the new role of school psychologist as an initiator, organizer and supporter of mental health of students and teachers within the mental health concept.

**Key words:** school psychologist, applied positive psychology, mental health, mental health concept